

I.- Datos Generales

Código **Título**

EC0394 Preparación a niños de 6 a 12 años en la inducción de los estilos de natación

Propósito del Estándar de Competencia

Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que se desempeñan como instructores en la inducción de los estilos de natación para niños de 6 a 12 años, a través de la preparación y desarrollo de las prácticas de natación.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El presente EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal, la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito el poseer dicho documento académico.

Descripción general del Estándar de Competencia

El Estándar de Competencia describe los desempeños del instructor en la inducción de los estilos de natación a niños de 6 a 12 años, preparando la práctica de natación, verificando las condiciones de seguridad e higiene de la instalación acuática antes de iniciar la sesión, comprobando que las salidas de emergencia no estén obstaculizadas/cerradas; elaborando las guías de sesiones, desarrollando las sesiones de la práctica de natación con actividades de calentamiento, de desarrollo de habilidades acuáticas, de capacidades físicas coordinativas, de los estilos de natación y de cierre de sesión. También establece los conocimientos teóricos y prácticos con los que debe contar para realizar su trabajo, así como las actitudes relevantes en su desempeño.

El presente EC se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Dos

Desempeña actividades programadas que en su mayoría son rutinarias y predecibles; depende de las instrucciones de un superior; se coordina con compañeros de trabajo del mismo nivel jerárquico.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló Del Deporte.

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:

9 de octubre de 2013

Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:

20 de noviembre de 2013

Periodo de revisión/actualización del EC:

4 años

Tiempo de Vigencia del Certificado de competencia en este EC:

4 años

Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)

Grupo unitario

Instructores de deporte

Ocupaciones asociadas

Instructor de natación

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC

Instructor de natación para niños

Clasificación según el sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)

Sector:

61 Servicios educativos

Subsector:

611 Servicios educativos

Rama:

6116 Otros servicios educativos

Subrama:

61162 Escuelas de deporte

Clase:

611621 Escuelas de deporte del sector privado Méx

611622 Escuelas de deporte del sector público Méx

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia

- Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (ENED)
- Federación Mexicana de Natación, A. C.

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica:

- El desarrollo de la práctica se llevará a cabo en situación real en instalaciones deportivas que permitan la demostración de los criterios descritos en este EC.

Apoyos/Requerimientos:

- Para aplicar el EC es necesario contar como mínimo con el siguiente equipo: hojas blancas, tabla de apoyo, fólder, plumas, formatos del programa general de preparación de natación y de planeación de sesiones, impresora y computadora. Un área de práctica, además material deportivo

como gusanos, tablas, flotadores, pelotas, cuerdas, vasos, cubos, popotes, silbato, cronometro y pértiga.

Duración estimada de la evaluación

- 2 horas en gabinete y 6 horas en campo, totalizando 8 horas

Referencias de Información

- Concha López, C., Salazar Miguel, L. I., & Del Valle Rodriguez, G. (2012). Ciencias Aplicadas en la preparación de niños de 6 a 12 años en natación. Módulo 3. México: CONADE.
- Concha López, C., Salazar Miguel, L. M., & Del Valle Rodriguez, G. (2012). Planificación de la preparación de niños de 6 a 12 años en natación. Módulo 4. México: CONADE.
- Salazar Miguel, L. I., & Del Valle, R. G. (2012). Acondicionamiento Físico de niños de 6 a 12 años para la preparación de natación. Módulo 2. México: CONADE.
- Salazar Miguel, L. I., Del Valle Rodriguez, G., Concha López, C., & AlonsoRibera, M. (2012). Preparación de niños de 6 a 12 años en los estilos de natación. Módulo 1. Mexico: CONADE.

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia

Preparación a niños de 6 a 12 años en la inducción de los estilos de natación.

Elemento 1 de 2

Preparar la práctica de inducción de los estilos de natación para niños de 6 a 12 años

Elemento 2 de 2

Desarrollar la práctica de inducción de los estilos de natación para niños de 6 a 12 años

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 2	E1294	Preparar la práctica de inducción de los estilos de natación para niños de 6 a 12 años

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Verifica las condiciones de seguridad e higiene de la instalación acuática antes de iniciar cada sesión:
 - Comprobando que haya iluminación y ventilación en el lugar,
 - Comprobando que las salidas de emergencia no estén obstaculizadas/cerradas,
 - Supervisando que el botiquín de primeros auxilios se encuentre cerca del área de práctica con los materiales necesarios de acuerdo a los lineamientos de la institución,
 - Comprobando que el reglamento de seguridad e higiene de las instalaciones se encuentre en un lugar visible para los instructores y usuarios, y
 - Comprobando que existan los señalamientos de protección civil.
2. Verifica las condiciones de seguridad e higiene de la piscina antes de iniciar cada sesión:
 - Corroborando que los carriles y escaleras se encuentren firmes y limpios,
 - Revisando en la bitácora las condiciones de la piscina: temperatura, PH y cloro, y
 - Revisando que exista indicador de profundidad.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. El material de natación preparado:
 - Corresponde con las actividades planificadas para cada sesión, y
 - Están limpios y organizados en el área de práctica.
2. El plan de acción de emergencia elaborado:
 - Contiene los teléfonos de emergencia,
 - Contiene la ubicación de las instalaciones, rutas de acceso y de evacuación, y
 - Contiene información médica de los niños.
3. El programa general de preparación de natación elaborado:
 - Contiene el nombre completo del instructor,
 - Indica la edad de los niños,
 - Indica las características de la piscina donde se desarrolla la práctica,
 - Indica el objetivo general,
 - Indica el número de semanas de duración de la preparación,
 - Indica el número de sesiones de práctica para cada semana,
 - Indica el número de horas de duración de las sesiones por semana,
 - Establece la prioridad de las habilidades acuáticas básicas,
 - Incluye el desarrollo de las habilidades acuáticas básicas en las primeras semanas de aprendizaje,

- Establece la prioridad en la práctica de las capacidades físicas coordinativas.
 - Incluye el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas durante todas las semanas de aprendizaje de natación,
 - Establece la prioridad de inducción en los estilos de natación,
 - Incluye la prioridad de la enseñanza de los estilos de natación en las semanas posteriores al desarrollo de las habilidades acuáticas, y
 - Mantiene congruencia entre objetivo, prioridad y tiempos.
4. Las guías de sesiones de desarrollo de habilidades acuáticas básicas elaboradas:
- Indican la edad de los niños,
 - Indican el número de la semana,
 - Indican el número de cada sesión conforme a lo establecido en el programa general,
 - Indican la fecha de cada sesión con base en el programa general,
 - Indican la duración de cada sesión conforme a lo establecido en el programa general,
 - Describen los objetivos de cada sesión,
 - Describen las tareas, actividades y ejercicios a realizar en la parte inicial y en la final de cada sesión,
 - Indican actividades y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas después de los ejercicios para las habilidades acuáticas básicas en la parte principal de cada sesión,
 - Indica la duración de cada uno de los ejercicios a realizar en las sesiones, y
 - Describen las medidas de seguridad que se toman durante las sesiones planificadas.
5. Las guías de sesiones de inducción en los estilos de natación elaboradas:
- Indican la edad de los niños,
 - Indican el número de cada semana,
 - Indican el número de cada sesión,
 - Indican la fecha de cada sesión,
 - Indican la duración de cada sesión,
 - Describen los objetivos de cada sesión,
 - Describen las tareas, actividades y ejercicios a realizar en la parte inicial, principal y final de cada sesión,
 - Describen ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas,
 - Indican las actividades de enseñanza para los estilos; crol, dorso, pecho y mariposa,
 - Indican las actividades de enseñanza para las vueltas, salidas y llegadas en los diferentes estilos,
 - Indican la duración de cada una de las tareas a realizar en las sesiones, y
 - Describen las medidas de seguridad que se toman durante las sesiones planificadas.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS

1. Capacidades físicas coordinativas
2. Estilos de natación
3. Fases sensibles
4. Habilidades acuáticas básicas
5. Planificación de sesiones de aprendizaje

NIVEL

- Conocimiento
Comprensión
Conocimiento
Conocimiento
Aplicación

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Limpieza: La manera en que entrega los documentos del plan de tareas limpios, libres de manchas, sin dobleces/maltratada.
2. Responsabilidad: La manera en que selecciona los ejercicios con base a la edad y nivel de los niños y siguiendo la sugerencia didáctica de lo sencillo a lo complejo.

GLOSARIO

1. Capacidades físicas coordinativas: Conjunto de capacidades que desarrollan procesos de conducción y regulan la actividad motora; permiten llevar el movimiento lo más cerca posible al modelo programado (equilibrio, orientación, ritmo, diferenciación y acoplamiento).
2. Estilos de natación: Formas de trasladarse en el medio acuático. De acuerdo a la Federación Internacional de Natación (FINA), existen cuatro estilos: crol, dorso, pecho y mariposa.
3. Habilidades acuáticas básicas: Habilidades que permiten a un niño introducirse, desplazarse y mantenerse en el agua con seguridad y tener un dominio del medio acuático (familiarización, respiración, sumersión, flotación, deslizamiento, propulsión, coordinación, caída, salto y giro)
4. Material de natación: de Accesorios que se utilizan durante la práctica de natación, pues sirven de apoyo al instructor y a los aprendices: gusanos, tablas, flotadores, pelotas, cuerdas, vasos, cubos, popotes, silbato, cronometro y pértiga.
5. PH: Grado de acidez o alcalinidad que presenta el agua.
6. Señalamientos de protección civil: de Señalamientos e información de rutas de evacuación y extinguidores.

Referencia	Código	Título
2 de 2	E1295	Desarrollar la práctica de inducción de los estilos de natación para niños de 6 a 12 años

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Inicia la sesión de natación:
 - Presentándose con los niños,
 - Revisando que los niños porten la indumentaria para natación,
 - Revisando que los niños no porten objetos peligrosos,
 - Preguntando a los niños su nombre, expectativas e inquietudes respecto a la natación,
 - Explicando el objetivo de cada sesión, e

- Indicando a los niños la conducta a seguir.
2. Aplica ejercicios para el calentamiento:
 - Realizándolos en la parte inicial de cada sesión,
 - Realizándolos de acuerdo con lo descrito en las guías de sesiones,
 - Utilizando el tiempo establecido en las guías de sesiones,
 - Verificando que los movimientos articulares y de estiramientos se realicen de la cabeza a los pies/de los pies a la cabeza,
 - Mostrando a los niños la manera de ejecutarlos,
 - Solicitando a los niños que los ejecuten, y
 - Corrigiendo a los niños en la ejecución.
 3. Aplica ejercicios para desarrollar las habilidades acuáticas básicas a los niños:
 - Realizándolos en la parte principal de cada sesión,
 - Realizándolos según lo descrito en las guías de sesiones,
 - Explicando los objetivos de cada habilidad a realizar,
 - Mostrando la mecánica de ejecución de cada ejercicio,
 - Solicitándoles que realicen la ejecución varias veces, y
 - Corrigiéndolos en la ejecución de cada ejercicio.
 4. Aplica ejercicios para desarrollar las capacidades físicas coordinativas a los niños:
 - Realizándolos en la parte principal de cada sesión,
 - Explicando el objetivo de cada uno de ellos,
 - Realizándolos de acuerdo con lo descrito en las guías de sesiones,
 - Mostrando la manera de ejecutarlos dentro del agua,
 - Solicitándoles que realicen la ejecución varias veces, y
 - Corrigiéndolos en la ejecución de cada uno de ellos.
 5. Aplica ejercicios para el aprendizaje de los estilos de natación a los niños:
 - Realizándolos en la parte principal de cada sesión,
 - Utilizando métodos de enseñanza (analítico, global y mixto),
 - Explicando el objetivo de los ejercicios en cada estilo,
 - Respetando el orden descrito en las guías de sesiones,
 - Mostrándoles la mecánica de ejecución de cada ejercicio dentro del agua,
 - Solicitando que realicen las ejecuciones varias veces, y
 - Corrigiendo en la ejecución de cada uno de ellos en los estilos.
 6. Aplica ejercicios para el aprendizaje de las salidas, vueltas y llegadas en cada uno de los estilos de natación a los niños:
 - Realizándolos en la parte principal de cada sesión,
 - Explicándoles el objetivo de cada técnica,
 - Aplicando los ejercicios descritos en las guías de sesiones,
 - Mostrándoles la mecánica de ejecución de cada ejercicio dentro del agua,
 - Solicitándoles que realicen varias veces los ejercicios, y
 - Corrigiéndolos en la ejecución de cada ejercicio.
 7. Aplica ejercicios para la vuelta a la calma:
 - Realizándolos en la parte final de cada sesión,

- Utilizando las actividades lúdicas descritas en las guías de sesiones, y
 - Utilizando de 5 a 10 minutos de cada sesión.
8. Realiza el cierre de cada sesión:
- Efectuando retroalimentación grupal,
 - Despidiendo al grupo,
 - Reiterándoles las reglas a seguir dentro de la instalación, y
 - Acomodando los materiales en el lugar asignado para su resguardo.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

CONOCIMIENTOS

1. Acciones de emergencia
2. Sugerencias didácticas
3. Técnicas didácticas

NIVEL

Comprensión
Comprensión
Comprensión

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

RESPUESTAS ANTE SITUACIONES EMERGENTES

Situación emergente

1. Un niño sufre una lesión dentro o fuera de la piscina.

Respuestas esperadas

1. Detiene la actividad, si el lesionado se encuentra dentro de la piscina deberá sacarlo, solicita apoyo a otros profesores, retira a las personas ajenas del lugar, valora la gravedad del daño/lesión, solicita apoyo médico de emergencia local/de ambulancia de emergencia y notifica a los familiares del niño.

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Amabilidad: La manera en que se dirige a los niños, de forma respetuosa, cordial y con un lenguaje adecuado a las características del grupo.
2. Limpieza: La manera en que se presenta con la indumentaria adecuada, pulcra e higiene personal para las actividades.
3. Perseverancia: La manera en que tiene manejo y control del grupo durante las sesiones de práctica y se logra el objetivo planeado.
4. Tolerancia: La manera en que da las indicaciones a los niños de los ejercicios las veces que sea necesario hasta que los realicen bien.

GLOSARIO

1. Indumentaria para natación: Accesorios necesarios para la práctica de natación: traje de baño, gorra de natación, gogles, sandalias y toalla.
2. Lesión: Daño/detrimento corporal causado por una herida, golpe o

- enfermedad.
3. Métodos de enseñanza (analítico, global y mixto): Procedimiento para ejecutar diferentes acciones hacia el aprendizaje de un estilo de natación.
- Analítico: procedimiento para enseñar un estilo de forma fragmentada.
- Global: procedimiento para enseñar un estilo mostrando el movimiento completo.
- Mixto: procedimiento para enseñar un estilo primero de forma global y donde exista dificultad en el aprendizaje se utiliza el método analítico.
4. Objetos peligrosos: Accesorios prohibidos que pueden provocar accidentes durante la práctica de natación: anillos, lentes, collares, pulseras, etcétera.
5. Sugerencias didácticas: Planteamientos que le ayudan a demostrar y aplicar actividades para el aprendizaje, corregir la ejecución de ejercicios, evitar lesiones, etc.
6. Técnicas didácticas: Actividades que facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje.